

在 COVID-19 疫情期间怀孕： 何时给您的医生、助产士或护士打电话

怀孕会带来很多感受、变化和担忧。您可能不知道哪些感受或症状是正常的，哪些不是。本指南可帮助您了解在怀孕期间和生完孩子后何时应致电您的医生、助产士或护士。当您打电话给他们时，您需要说出自己的姓名、预产期和末次月经日期。

怀孕期间

如果您有以下任何情况，请立即致电您的医生、助产士或护士：

- 腹部剧痛或持续的腹部疼痛。
- 突然的、非常严重的头痛，持续时间超过两个小时。
- 真性宫缩。宫缩感觉就像腹部收紧或痉挛。目前有 2 种类型的宫缩：
 - [Braxton Hicks 宫缩](#)是有时可能会感觉到的假性宫缩。通常持续几秒钟，不要变得更强烈，当你换姿势时就会消失。
 - [真正的分娩宫缩](#)会变得更强烈、持续更长时间并且更频繁。即便改变姿势宫缩也不会消失。
- 您的羊水破裂，或者出血或滴血。
- 任何 COVID-19 [迹象或症状](#)，例如持续头痛、呼吸困难、发烧或味觉或嗅觉丧失。



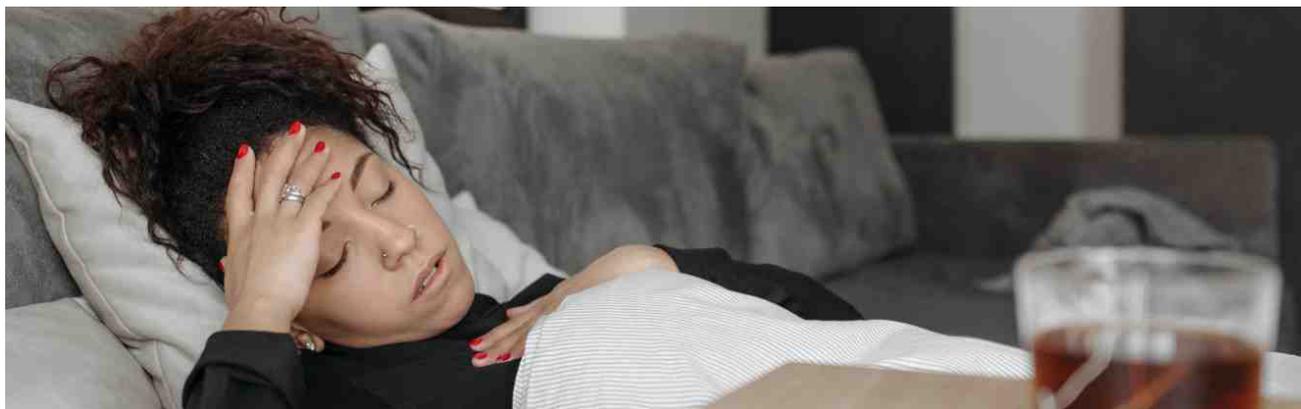
产后

生完孩子后，您的身体可能会发生许多变化，导致您在产后出现严重健康问题的风险增加。如果您有下页表格中的任何体征或症状，请立即致电您的医生、助产士或护士。这类体征和症状被称为“产后警惕症状”——您可以在下一页和[本页](#)阅读更多相关信息。



产后警惕症状

<p>拨打 911，如果您出现</p>	<ul style="list-style-type: none">• 胸痛• 呼吸困难或无法呼吸• 癫痫发作• 伤害自己、宝宝或他人的想法
<p>*请致电您的医生或助产士，如果您出现</p> <p><small>*如果您无法联系到您的医生或助产士，请拨打 911 或前往急诊室。</small></p>	<ul style="list-style-type: none">• 一小时内出血浸透护垫，或血块大小和鸡蛋差不多甚至更大• 妊娠切口或伤口未愈合。• 腿部红肿，触摸时疼痛或发热。• 体温达到 100 华氏度或更高• 即使服药后头痛仍未好转，或伴随视力改变的严重头痛• 悲伤或焦虑的感觉持续数周以上或继续恶化• 任何时候都无法照顾好自己或宝宝的感觉。这些可能是产后抑郁症或其他疾病的症状• 任何 COVID-19 迹象或症状，例如持续头痛、呼吸短促、发烧或味觉或嗅觉丧失。



本出版物由美国卫生和公众服务部 (U.S. Department of Health and Human Services, HHS) 卫生资源和服务管理局 (Health Resources and Services Administration, HRSA) 赞助，作为 \$10,361,110.00 奖励总额的一部分。内容属于作者观点，不一定代表 HRSA、HHS 或美国政府的官方观点或认可。

如果您没有护理提供者，请于以下网站寻找社区导航员或联络跟踪人员：<https://211.unitedway.org/services/covid19>。
在此处查找语言翻译和 TTY 服务：<https://www.nj.gov/humanservices/ddhh/services/caption/>。